

		esmaspäev 30.01.2023		Allergeen		teisipäev 31.01.2023	
Homnikusöök							
	Nisuhelbepuder		1,2	Maisimannapuder			
	Või		2	Või			
	Mustsõstar			Aedmarjamoos			
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode			
	Pria valge redis			Pria kaalikas			
Lõuna							
	Kana-koorekaste		1,2	Kodune seljanka			
	Keedetud riis			Hapukoor, R 20 %			
	Peedi - küüslaugusalat			Rabarberi-rukkivaht			
	Marja- jogurtikokteil		2	Piim, R 2,5%			
	Leivatoode		1,2,7	Leivatoode			
Õhtusöök							
	Kaalikapüreesupp		2	Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga			
	Rõstitud sepikukuubikud		1,2	Mahlajook			
	Leivatoode		1,2,7	Leivatoode			
	Pria pirn			Pria õun			
Terve päev							
vanus 1-2(3)							
Energia kcal		929.35				925.6	
Valgud ,g	29.19 12.56%			32.24	13.93%		
Rasvad,g	34.12 33.04%			28.78	27.98%		
Süsivesikud,g	128.27 55.21%			136.27	58.89%		
vanus 3-5							
Energia kcal		1174.73				1172.66	
Valgud ,g	37.27 12.69%			39.23	13.38%		
Rasvad,g	40.65 31.14%			33.61	25.8%		
Süsivesikud,g	167.49 57.03%			180.59	61.6%		
vanus 5-6							
Energia kcal		1388.25				1415.24	
Valgud ,g	43.56 12.55%			47.37	13.39%		
Rasvad,g	46.64 30.24%			40.73	25.9%		
Süsivesikud,g	201.71 58.12%			217.62	61.51%		
vanus 6-7							
Energia kcal		1523.17				1556.69	
Valgud ,g	46.97 12.33%			52.38	13.46%		
Rasvad,g	50.26 29.7%			44.77	25.88%		
Süsivesikud,g	223.74 58.76%			239	61.41%		

Allergeen		kolmapäev 01.02.2023	Allergeen	neljapäev 02.02.2023	Allergeen
2	Ahjuomlett	1,2,3	Seitsmeviljapuder	1,2,7	
2	Rukkileib singivõiga	1,2,7	Või	2	
	Pria piimatoode	2	Õunapüree		
2	Pria lillkapsas		Pria piimatoode	2	
			Pria porgand		
	Pikkpoiss veiselihast	1,3	Kala - köögiviljasupp	4	
2	Hapukoore - mädarõikakaste	1,2	Vanilje panna cotta	2	
1	Keedetud tatar		Marjakaste		
2	Valge redise salat maitserohelisega		Leivatoode	1,2,7	
1,2,7	Seemnesegu	11			
	Kakao	2			
	Leivatoode	1,2,7			
2	Kana - riisisupp		Makaronid sealihaga	1	
	Leivatoode	1,2,7	Külm jogurtikaste	2	
1,2,7	Pria pirn		Mahlajook		
			Leivatoode	1,2,7	
			Pria õun		
		958.23		945.13	
	41.23 17.21%		32.54 13.77%		
	41.32 38.81%		33.6 32%		
	106.75 44.56%		128.9 54.55%		
		1188.43		1199.88	
	51.1 17.2%		40.23 13.41%		
	49.5 37.49%		41.23 30.93%		
	135.95 45.76%		167.62 55.88%		
		1385.62		1400.21	
	59.65 17.22%		47.8 13.66%		
	56.65 36.8%		47.49 30.52%		
	160.83 46.43%		196.48 56.13%		
		1566.48		1508.93	
	65.34 16.68%		51.67 13.7%		
	64.45 37.03%		50.36 30.04%		
	182.94 46.71%		213.25 56.53%		

reede
03.02.2023 Allergeen Nädala keskmine

Täisterakaerahelbepuder	1,2
Või	2
Aedmarjamoos	
Pria piimatoode	2
Pria kapsas	
Kalkunipada köögiviljadega	2
Keedetud kartulid	
Kõrvitsasalat jõhvikatega	
Aroonia - õuna kompott	
Leivatoode	1,2,7
Kookosesaiake	1,2,3
Kummeli tee	
Apelsin	

	957.41	943.144
26.39 11.03%		32.318 13.71%
35.46 33.33%		34.656 33.07%
136.77 57.14%		127.392 54.03%

	1188.36	1184.812
33.77 11.37%		40.32 13.61%
42.59 32.26%		41.516 31.54%
172.03 57.91%		164.736 55.62%

	1396.67	1397.198
39.55 11.33%		47.586 13.62%
48.57 31.3%		48.016 30.93%
205.72 58.92%		196.472 56.25%

	1533.41	1537.736
42.17 11%		51.706 13.45%
52.42 30.77%		52.452 30.7%
228.6 59.63%		217.506 56.58%